Nr. 3 Cena gr. 70

MŁODA MATKA



Jan Rembowski *Dziewczynka*

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE.

ROK IV. Nr. 3.

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU
POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

PIERWSZY ZESZYT LUTOWY 1930 R.



Ruch na powietrzu to źródło zdrowia dzieci. Musimy domagać się, by ogrody w naszych miastach dostarczały dla dziatwy nietylko świeżego powietrza, ale i terenów dla zabaw i gier ruchowych. Ten postulat, między innemi, wysunie wiec rodziców, który został zwołany z inicjatywy dwutyg. „Młoda Matka“ i Stowarzyszenia Przyjaciół Ogrodu Jordanowskiego na dzień 26 stycznia b. r. w sali Tow. Higjenicznego na godz. 12 w poł.

Czy można zaziębić odrę?

Pytanie na czasie, bo przeżywamy obecnie okres zwiększenia się liczby zachorowań na odrę.

Jeżeli do pewnego stopnia udało się przezwyciężyć u większości inteligentnych matek niesłuszną obawę przed przeziębieniem dzieci zdrowych, jeżeli można matce wytłomaczyć, że przegrzewanie dziecka chorego wyrządza mu raczej krzywdę niż sprzyja przezwyciężeniu choroby, to w tych razach, gdy idzie o odrę, wszelkie perswazje zawodzą.

Istnieje wśród matek wszelkich sfer głęboko zakorzeniony przesąd, że „odrę łatwo przeziębić". Wszelkie powikłania odry, a przeważnie tak częstą, zwłaszcza u młodszych dzieci, komplikację w postaci zapalenia płuc, matki skłonne są przypisywać zaziębieniu. W tych przypadkach w których osutka jest nieobfita i krótkotrwała, matki twierdzą, iż „wysypka się schowała" wskutek zaziębienia, mówią, że „odra została wpędzona do wewnątrz", powodując zapalenie płuc.

Przychodzimy do dziecka chorego na odrę i znajdujemy je w mniej więcej takich warunkach. Pokój mały, okna szczelnie zasłonięte, zaduch, w pokoju ciepłota około 25° C., pod pierzyną i watowaną kołdrą, często w ubraniu i kilku wełnianych kaftanikach, owinięty wełnianym szalem, leży spocony, zmęczony pacjent. Niejednokrotnie napotykamy na opór matki, gdy prosimy o rozebranie dziecka, celem obejrzenia skóry i zbadania chorego. Po dłuższych namowach udaje się nam dotrzeć do skóry i wtedy stwierdzamy liczne potówki, a niejednokrotnie większe odparzenia. Przy badaniu wewnętrznem stwierdzamy stan kataralny dróg oddechowych.

Gdy ze względu na męczący kaszel dziecka zalecamy przewietrzenie pokoju, obniżenie ciepłoty powietrza, lżejsze okrywanie dziecka, oraz częste pudrowanie skóry, milczenie matki jest dla nas zwiastunem, że nie wszystkie nasze rady zostaną wypełnione, gdyż obawa przed zaziębieniem odry tkwi zbyt głęboko w umyśle i sercu matki.

Mniemanie to jest zupełnie błędne. Odra jest chorobą, która z natury rzeczy ma tendencję do wywoływania stanów zapalnych błon śluzowych. Łzawienie, wyciek z nosa, zaczerwienienie gardzieli, kaszel spowodowany nieżytem dróg oddechowych zjawia się jeszcze przed wystąpieniem wysypki. Powikłania w odrze w postaci zapalenia płuc, zapalenia ucha i t. p. są wynikiem z jednej strony ciężkości cierpienia i złośliwości dotychczas nieznanego zarazka, z drugiej zaś odporność ustroju. Tem się tłomaczy częstość powikłań, częstość poodrowego zapalenia płuc u dzieci najmłodszych, które są mniej odporne, mniej zdolne do przezwyciężenia choroby.

Wychodząc z założenia, że nasze postępowanie lecznicze przedewszystkiem musi dążyć do wzmocnienia osobnika, musimy choremu dziecku stworzyć takie warunki, aby organizm mógł najszybciej zwalczyć infekcję.

Nie ulega najmniejszej wątpliwości, że te warunki, w jakich znajdujemy przeważającą większość naszych małych pacjentów, tym wymaganiom nie odpowiadają. Zaduch jest szkodliwy, gdyż dziecko wdychając powietrze ubogie w tlen, niedostatecznie przewietrza swoje płuca. Z drugiej zaś strony powietrze w dusznym, nieprzewietrzonym pokoju zawiera mnóstwo zarazków chorobotwórczych, które przy okazji wtargną do osłabionego chorobą ustroju. Powietrze zbyt przegrzane jest jednocześnie suche i drażni przy oddychaniu nabłonek dróg oddechowych, wywołując przez to męczący kaszel. Zawijanie dziecka w wełniane chustki i szale oraz przykrywanie kołdrą i pierzynką jest bardzo szkodliwe z wielu względów. Przedewszystkiem powoduje przegrzanie bardzo niepożądane dla gorączkującego ustroju. Obfite pocenie wskutek przegrzania z jednej strony bardzo osłabia chorego, z drugiej zaś strony powoduje szereg obrażeń skóry, liczne potówki oraz swędzenie, wywołujące niepokój a często bezsenność dziecka.

Uczynimy rozsądniej, gdy pozbędziemy się przesądów, a kierować się będziemy słusznemi zasadami higjeny. Zgoda na zasłony w oknach, jeśli dziecko ma światłowstręt.

Zgoda na ciepło w pokoju, ale nie powyżej 20° C. Pokój musi być wietrzony codziennie. Na czas otwarcia okna, dziecko może być przeniesione do sąsiedniego pokoju.

Odrzućmy pierzynę, wystarczy ciepła kolderka. Uwolnijmy dziecko z licznych kaftaników i chustek. Zapobiegajmy tworzeniu się odparzeń i potówek przez częste pudrowanie.

Dbajmy o błony śluzowe przez przemywanie spojówek i płókanie ust.

W dobrych warunkach dziecko stać będzie na największy wysiłek, konieczny dla przezwyciężenia choroby.

Dr. P. Baumryter.

Czy kochająca matka może się brzydzić swego dziecka?

Czyż może być coś milszego, coś bardziej budzącego tkliwość, niżli małe, różowe dziecko niedołężnie wymachujące w pieluszkach słabiutkiemi rączkami i nóżkami? Takie to rozczulająco niezaradne, dnia nie przeżyłoby bez pieczołowitości matki. I takie jej — matki — własne! Kiedyś, gdy wyrośnie i nabierze samodzielności, zacznie żyć swojem życiem, stanie się sobą, kimś krańcowo może różniącym się od matki. Lecz teraz, gdy tak grzebie się w pieluszkach, dając jedynie płaczem wyraz swoim żądaniom, teraz należy tylko do matki, jest z nią związane tysiącem niewidzialnych nici, jest od niej całkowicie zależne. Ona dała mu życie i ona je w niem utrzymuje. Jest największą władczynią swego dziecka i jest jego najniższą służką.

Czyż poskarży się kiedy, że nie dospała w nocy, gdyż tyle a tyle razy wstać musiała do krzyczącego maleństwa? Co powiedzielibyśmy o matce, która nie chce przewinąć swego dziecka, nie chce, bo się brzydzi? Czy taka matka, w której osobiste względy estetyczne są silniejsze nad potrzeby zdrowotne dziecka, może zasłużyć na nazwę kochającej? Rzecz prosta — nie. Nie wiem, czy istnieją takie „wytworne“ matki, o ile jednak istnieją — nie zasługują na miano matek. Są to lalki bezduszne. Kobieta, która powiedziała „a“, dając życie dziecku, musi też powiedzieć „b“ i musi dbać o to dziecko. Jej obowiązkiem jest stworzyć mu jak najzdrowsze, jak najpomyślniejsze warunki rozwoju. Skoro zaś nie stać jej na praczkę, to winna bez szemrania sama spierać pieluszki swego dziecka, bo dziecko musi leżeć w czystości. Od tego zależy jego zdrowie.

To, cośmy tutaj dotąd powiedzieli, wydaje się nam wszystkim tak bezgranicznie naturalne i proste, że aż powstaje pytanie, poco było o tem mówić wogóle? Spójrzmy jednak na sprawę „miłości macierzyńskiej i brzydzenia się“ pod innym kątem.

Olbrzymia ilość kochających matek nie jest zdolna wogóle do odczuwania uczucia obrzydzenia w stosunku do swego dziecka. Dziecko w pojęciu takiej matki jest nietylko jej integralną częścią, więcej: jest właśnie tem, co w niej jest najpiękniejsze, nieziemskie, jest jej „aniołeczkiem“, którego brzydzić się byłoby bodaj świętokradztwem. Dlatego też nie uważa ona za niestosowne przewijanie maleństwa na stole, na którym się jada, rzucanie na ten stół mokrych pieluszek, używanie do polewania w kąpieli filiżanki od serwisu, suszenie, czasem nie przepłokanych nawet pieluszek wraz z ręcz-

nikami do szklanek i tysiące innych rzeczy w tym guście. Brzydzić się takiego „aniołka“! Do czegoś podobnego byłaby zdolna tylko osoba bez serca.

Opowiadano mi o pewnej, zresztą skądinąd bardzo inteligentnej matce, która przy przewijaniu obmywała zabrudzone pośladki dziecka maczając gąbkę w filiżance z ciepłą wodą. Filiżanka ta bynajmniej nie została przeznaczona wyłącznie na powyższy użytek. Wróciła następnie do kredensu i pito z niej nadal herbatę. Wprawdzie filiżanka jest z porcelany i po umyciu jest właściwie znów zupełnie czysta. Zasadniczo jednak podobny brak wrażliwości na „rzeczy obrzydliwe“ pociąga często za sobą postępowanie mogące wręcz odbić się na zdrowiu nietylko otoczenia, ale nawet i — przedewszystkiem — samego dziecka.

Nie zapominajmy o tem, że nasze „aniołeczki“ są jednak w istocie małymi ludźmi, podlegającymi wszystkim funkcjom fizjologicznym, że kał dziecka, zarówno, jak człowieka dorosłego, może zawierać pewną ilość zarazków chorobotwórczych, że w wielu wypadkach ustrój dziecka jest bardziej podatny na zakażenie, niźli ustrój człowieka dorosłego. Matka, która nie jest wystarczająco obznajmiona z wymaganiami higjeny, zaś której ślepa miłość wyklucza bezapelacyjnie element obrzydzenia, często postępowaniem swem może się sama przyczynić do zachorowania dziecka.

Utożsamiając pod względem fizycznym całkowicie swoje maleństwo ze sobą, nie rozumie, jaką szkodę może przynieść dziecku przez probowanie naprzykład pożywienia swej pociechy tą samą łyżeczką, czy przez pojenie dziecka pozostałą w swojej szklance herbatą. Jama ustna jest wszak siedliskiem najróżnorodniejszych bakteryj, za pośrednictwem błon śluzowych najłatwiej jest zaszczepić szereg chorób.

Gdyby jednak nawet nie wiedząca o tem matka znała uczucie obrzydzenia, to kierowałaby się w takich wypadkach względem swego dziecka zasadą: nie czyń drugiemu, co tobie nie miło.

Taka matka po przewinięciu dziecka skrupulatnie obmyje ręce zanim włoży mu do buzi temi samemi rękami pierś swoją, lub zanim weźmie się do przygotowywania pożywienia; taka matka będzie miała inny płatek*) do obmywania twarzyczki dziecka, inny zaś do ciałka i dzięki powyższemu nie przeniesie znajdujących się w kale bakteryj na błony śluzowe ust, oczu, lub nosa dziecka; taka matka nie da niedojedzonej przez jedno dziecko kaszy na spodeczku dziecku drugiemu, dzięki czemu często ustrzeże jedno z dzieci

---

*) Gąbka wogóle nie jest wskazana, ponieważ trudno jest ją utrzymać w stanie czystości. Najgorsza jest gąbka gumowa, której nie można nawet wyparzyć, gdyż od gorąca łatwo się psuje.

od zakażenia się katarem, lub czasem nawet groźniejszą chorobą.

Tam, gdzie niema istotnego zrozumienia wymagań higjeny, niejednokrotnie może je zastąpić uczucie obrzydzenia. Brak zaś takiego uczucia często pociąga za sobą najwulgarniejsze niechlujstwo, mogące być źródłem najróżnorodniejszych chorób i złego rozwoju dziecka.

Dr. S. Popowski.

Dzieci wsi i miasta

Dla nas, mieszkańców miast, z chwilą gdy myślimy o dzieciach ze wsi, myśl ta wiąże się z uczuciem zazdrości. Oto są dzieci, sądzimy zwykle, które mogą być ciągle na świeżem powietrzu, dzieci — dla których właściwie tylko istnieje słońce i las i rzeka i taka trawa, po której można biegać i mleko takie „wprost od krowy“ i wbród masła, jajek, owoców, jarzyn i t. p.

A oto dziecko z miasta — dobrze jeszcze, jeżeli w czasie letnim może wyjechać na wieś z rodzicami lub na kolonje letnie — ale jeżeli jest małe i trudno je wyprawić gdzieś bez rodziców — musi siedzieć cały czas w czterech ścianach swego pokoiku — korzystając czasem tylko ze spaceru. — Dla dziecka tego i lasem i ogrodem i trawką — na co dzień jest mniej lub więcej brudny bruk miasta — zakurzony w lecie pełen błota na jesieni i w zimie.

Zgóry też przesądzamy stan porównawczy zdrowia dzieci: dzieci wiejskie są dla nas — zawsze „rumiane i czerstwe“, „opalone“, silne, ruchliwe i wesołe. Zgadzamy się tylko, że jeżeli chodzi o inteligencję, miasto ma przewagę — dzieci miejskie są dużo według nas mądrzejsze od swych rówieśników ze wsi, dużo więcej wiedzą, są sprytniejsze, śmielsze, i bardziej „wygadane“. Sądy te — jak powyższe — są jednak czysto powierzchowne. Liczne statystyki porównawcze dzieci wsi i miast bynajmniej nie wskazują na lepszy stan zdrowia dzieci ze wsi. Przyczyna tkwi tutaj, zwłaszcza o ile chodzi o stosunki u nas (niedawno w jednej ze swych prac wyraźnie o tem mówi taki znawca zagadnień higjeny jak dr. Chodźko) w zupełnym niewyzyskaniu wartości wsi dla zdrowia dziecka. Złe warunki mieszkaniowe (ciasne, niewietrzone izby, brud i

nieporządek) brak dozoru i umiejętnej pielęgnacji dzieci, zupełna ignorancja w zakresie chorób zakaźnych, złe, nieracjonalne odżywianie i t. d. sprawiają, że dzieci rodzą się i rosną wątłe, blade i chorowite. Na wsi też spotykamy wysoką śmiertelność niemowląt. Nawet wśród warstw inteligencji na wsi spotyka się nierzadko nieumiejętność wyzyskania warunków zdrowotnych wsi dla dzieci— a zwłaszcza najcenniejszego skarbu — swobody ruchu na otwartej przestrzeni pod hartującem działaniem słońca i powietrza. Przewaga miasta nad wsią w zakresie warunków higjenicznych dla dziecka wyraża się tylko w większej dostępności fachowej opieki (lekarskiej czy pielęgniarskiej) zwłaszcza dla warstw niezamożnych, i w związku z tem szybszem zapobieganiu rozpoczynającym się schorzeniom, brakom i deformacjom.

Powracając teraz do kwestji inteligencji dzieci z tych dwóch środowisk i ich szybkości rozwoju psychicznego — musimy stwierdzić, że zagadnienie to jest bardzo złożone i niełatwe do rozwiązania wobec trudności robienia pomiarów inteligencji u dzieci. Zgóry jednak można zaprzeczyć utartemu poglądowi o mniejszej inteligencji dzieci na wsi. Przesądzamy tę sprawę na ich niekorzyść — sądząc lekkomyślnie czy to z zapasu słów używanych przez dziecko, czy też z znajomości przedmiotów i czynności zwłaszcza technicznych — związanych z życiem miasta. Świat, który poznaje dziecko na wsi jest inny niż dziecka miejskiego, jest jednak bogatszy i rozleglejszy o ile chodzi o poznanie przyrody i jej zjawisk, uboższy — o ile chodzi o poznanie ludzi, rozmaitość ich typów, oraz produkcję ich rąk. Z czasem najczęściej następuje wyrównanie przez zmianę miejsc pobytu i rozszerzenie ograniczonego nieco horyzontu myślowego w obu zresztą przypadkach. W ogólnej kwintesencji rozważań nad typem dzieci z miasta i wsi — pozostanie wniosek — życie, w obecnych warunkach, tylko w jednem z tych środowisk daje dziecku zbyt jednostronny pogląd na życie — konieczne jest zapoznanie dziecka ze wsią i z miastem — przyczem okres pierwszego dzieciństwa do okresu szkolnego — najracjonalniej może być spędzony na wsi. Z punktu widzenia zdrowia — zdrowszy jest również pobyt na wsi — o ile rodzice znają zasady higjeny dziecka, jednak i w mieście można wychować zdrowo dziecko, przeznaczając coprawda corocznie dłuższy okres czasu na pobyt na wsi.

W interesie też zdrowia dzieci — należałoby złagodzić ujemne strony wsi czy miasta — co dałoby się zrobić tylko dzięki współpracy zwłaszcza wśród zainteresowanych w tem specjalnie — kulturalnych rodziców.

Dr. J. Bogdanowicz.

Pasek czy szelki?

Z zapytaniem tem zwracają się często do lekarza matki chłopców starszych, 4 — 7-letnich, pragnące rozwiązać jak najracjonalniej z punktu widzenia higjeny doniosły problem trzymania się spodni na ich synkach.

Zagadnienie to, tak ważne w wieku szkolnym, kiedy wypływa kwestja mundurka, w okresie życia do lat siedmiu nie jest jeszcze zbyt aktualne.

Nie potrzebujemy się obawiać szelek, że spowodują garbienie się, nie straszny będzie dla nas pasek uciskający narządy jamy brzusznej, gdyż nie zastosujemy ani szelek, ani paska.

Okres intensywnego rozwoju organizmu dziecka w pierwszem siedmioleciu jego życia wymaga jak największej swobody w ubranku. Musi ono być przystosowane do stałego rozrostu dziecka wzdłuż i wszerz i nie powinno nigdzie stawiać rozrostowi temu stałego oporu.

Mógłby nam ktoś powiedzieć, że wobec tego ubranie nie może się wogóle dotykać do ciała dziecka.

Nie! Tego nie mieliśmy na myśli. Pragniemy tylko, aby ucisk poszczególnych części ubrania był jak najmniejszy i żeby rozkładał się równomiernie na jak największą powierzchnię ciała.

Punktem, siłą rzeczy, najbardziej upośledzonym pod względem obciążenia ubraniem będą barki.

Na nich przy najlepiej nawet pomyślanem ubraniu, skupi się najwięcej pracy. Należy więc używać takie garniturki, których ciężar rozłożony będzie wzdłuż całych obu barków, a nie jak szelki, które uciskają w dwóch ograniczonych odcinkach.

Taką idealną formą odzienia będzie „combinaison", czyli ubranie składające ze spodni połączonych z górną częścią ubrania. Górna część stanowić może bądź bluzkę połączoną nierozdzielnie ze spodenkami, bądź też stanik, na który dopiero oddzielnie nakładamy bluzeczkę.

Tę postać ogólną ubrania można stosować w tysiącach odmian, wprowadzając urozmaicenia i ulepszenia z dziedziny estetyki i elegancji odzienia, oraz czysto fachowo krawieckie.

Byleby zasada „combinaison" nie była naruszona.

Według tej zasady można uszyć ubranko najbardziej letnie i najbardziej zimowe. Wszak kostjum kąpielowy jest to też rodzaj „combinaison", a modne i praktyczne na zimę garniturki trykotowe, czyż odbiegają od tego typu?

Nic w tych ubrankach nie uciska na wątrobę czy jelita, nic nie utrudnia obiegu krwi, co może zajść przy silnem zaciskaniu paska, nie mamy w nich również trwałego ciśnienia w ograniczonych punktach barków, co może spowodować zgarbienie się, a czego można się obawiać przy szelkach .

Zbytni pośpiech w robieniu, pod względem ubrania, z 5 — 7-letnich chłopców dorosłych mężczyzn jest bardzo niewskazany.

Pytanie: „pasek czy szelki? można śmiało odłożyć nawet poza dziewiąty rok życia.

Pełnia swobody, łatwość niczem nie skrępowana ruchów oddechowych klatki piersiowej i brzucha — oto zasady, które winny kierować tworzącemi wzory ubrania dziecięcego.

Matki winny znać te zasady.

Dr. C. Hoppe.

Z higjeny macierzyństwa

Wpływ normalnego życia płciowego na zdrowie, wygląd i długość życia nie daje się zaprzeczyć.

Życie pełne — to życie rodzinne, celem życia jest jego ciągłość, a nie — kres.

Jakie są normy tego życia?

Trudno je nakreślić, zależą bowiem od indywidualnych właściwości i czynników, które podlegać ogólnym jakimś prawom nie mogą.

Jest to bowiem najbardziej osobista „intymna" dziedzina, w którą osobom trzecim wkraczać niewolno...

Życie rodzinne jednakowo dodatnio wpływa dla obu płci: wzajemna dbałość o siebie zmniejsza choroby i wszelkie troski, wytwarza pogodę ducha i ciepło, pochodzące z wzajemnych uczuć, przyczyniając się do statystycznie stwierdzonego dłuższego życia małżonków, niż ludzi samotnych, pędzących nieuregulowany tryb życia, zdany na kapryśny los przygód i niepewności.

Macierzyństwo, którego tak często współczesne kobiety pragną uniknąć, w dobrych warunkach bytu — nie wpływa ujemnie na piękność ciała kobiety (czego się tak boją), tylko nadaje mu inne linje, lecz także nie mniej piękne... Zresztą po tym okresie może nastąpić powrót do dawnego wyglądu, przy stosowaniu nowoczesnych zdobyczy higjeny — w codziennem życiu .

Jednakże to naturalne przeznaczenie życia ludzkiego jest utrudnione niezmiernie dzisiejszemi ciężkiemi warunkami bytu powojennego,

których złagodzenie i usunięcie powinno być w rzędzie pierwszych zadań państwowych. Dach nad głową i praca dla bezrobotnych jest elementarnym niezbędnym warunkiem normalniejszych stosunków życia rodzinnego, które w obecnej dobie zostało zatamowane — i pociągnęło za sobą różne jego szkodliwe ersatze — i zwyrodnienia. Objawy wyludnienia (depopulacji) naprzykład we Francji, tłomaczą się tem, że najwięcej małżeństw zawiera się tam w starszym wieku po osiągnięciu pewnych warunków dobrobytu materjalnego, umożliwiającego założenie rodziny. Do tego czasu obie strony pracują zawodowo i świadomie odkładają na czas późniejszy myśl o rodzinnem życiu. Ale później — może być za późno!

Objaw ten ma na celu dać lepsze warunki materjalne rodzinie, potomstwu..., ale zapominają, że tylko dzieci młodych i zdrowych — rodziców dziedziczą siłę i zdrowie, że tych sił naturalnych nie zastąpi zwiększona troskliwość i umiejętność wychowawcza, że długi okres samotnego kawalerskiego życia może pociągnąć w dziedzictwie dla potomstwa różne bardzo niepożądane obarczenia. Życie obecne — to życie w błędnym kole w warunkach nienormalnych, pozostawionych w spuściźnie powojennej, które tłomaczą wszystkie odchylenia od jedynej drogi prostej naturalnego przeznaczenia dla każdej normalnej jednostki, którem jest r o d z i n a.

Dr. I. Śmiarowska.

Tego żądamy od naszych ogrodów miejskich

Gdyby to ode mnie zależało wprowadziłabym takie prawo, że „ojcem miasta“ może zostać tylko człowiek, który jest „ojcem dzieci“. A dalej chciałabym, aby ci wszyscy ojcowie miast wyręczali co jakiś czas swe żony i zabierali dzieci na przechadzkę do ogrodów miejskich.

Sądzę, że byłaby to dostateczna kara dla tych, co mają na sumieniu złą gospodarkę większości naszych miast. Ale dlaczego ta kara spotyka dziś każdą matkę, która przecie nic nie zawiniła, a podatek miejski płaci regularnie?

Dzieci nasze nie mają gdzie się bawić. Na bruku zatęchłego podwórka i nad brudnym rynsztokiem wychowują się przyszłe pokolenia schorowanych nędzarzy lub złodziei i rzezimieszków, a przecież mogłyby wyrosnąć pokolenia zdrowych i dziel-

nych obywateli kraju. Ale to „ojców miasta“ nie obchodzi. Ci obywatele zaczną ich obchodzić dopiero wtedy, gdy staną się pełnoletni i będą mogli wybierać radę miejską — wtedy trzeba będzie pozyskiwać ich głosy. Dziś brudne, obdarte dzieci, nikomu nie są potrzebne...

Przyszła kiedyś do jednego magistratu delegacja rodziców, którzy chcieli założyć ogród dla dzieci. Prosili o danie placu w śródmieściu — plac niezabudowany, a należy do miasta.

— Cóż państwu do głowy przychodzi? — odburknął potentat magistracki. — Taki drogi plac w śródmieściu, możnaby na nim jaki gmach postawić, a nie marnować na plac do zabaw dla dzieci. Za moich czasów podobnych fanaberyj nie było.

Tak, tak, za jego czasów tego nie było, a przecież mamuty tęgie wyrosły i do magistratów weszły... I na to niema już rady.

W innych wypadkach słyszy się odpowiedź, że przecież są parki w mieście. I tak dosyć sum kosztuje ich roczne utrzymanie.

O tak, wydaje się na nie dużo. W warszawskich gazetach np. czyta się nieraz wzmianki, że wydział ogrodnictwa miejskiego przygotował tyle to a tyle sztuk róż czy tulipanów, że postawiono na trawniku taką czy inną rzeźbę...

Ale o tem, żeby w tych ogrodach mogły się bawić dzieci, o tem nie myśli wydział ogrodnictwa. Słusznie, bo wychowanie dzieci do ogrodnictwa nie należy. Więc kto ma myśleć? Wydział Oświaty i kultury dba o t. zw. kulturę duchową, pracując zresztą najintensywniej z całego warszawskiego magistratu, a troskę o wychowanie fizyczne pozostawia jedynej swej sekcji — sekcji higieny szkolnej. Sekcja ta dzielnie organizuje półkolonje letnie, czasem zaś nawet próbuje się wkręcić do ogrodów publicznych. A wtedy... Wtedy idzie korespondencja między wydziałami i projekt tonie w przepaścistych szufladach biurek magistrackich... To samo często się dzieje z poczynaniami Wydziału Zdrowia, który przecież rozumie zło i chce mu zaradzić.

I nasze parki wyglądają tak, jak wyglądały... Niema dla dzieci trawników (jeśli je zakładano, to tak niedbale, że trawa ginęła po miesiącu), muszą bawić się na ścieżkach, gdzie niewolno im rysować klas i niewolno bawić się piłką. Niema umywalni, niema ubikacyj dla dzieci, gdy zajdzie tego potrzeba, to chyba taksówkę łapać i prędko jechać do domu — suszyć zmoczone majteczki.

Czy myślicie, że symbol parku, to piękne tulipany, o które tak dba nasz magistrat — nie, symbol parku to grubjański stróż z okutym kijem, postrach dzieci i matek.

A hasło posłuchu, to groźne słowo „zabrania się“... I oto uczy się dzieci kłamstwa i wykrętów, bo przecież piłka czasem upadnie na trawę, bo przecież czasem trzeba iść w

krzaczki, skoro innych udogodnień niema wpobliżu.

To też musimy domagać się zmian!

Nasze dzieci muszą mieć możność zabawy na świeżem powietrzu — a możności tej musi dostarczyć miasto.

Pierwsza rzecz, to przystosowanie istniejących już parków do tego, aby dzieci mogły się w nich bawić Do tego zaś potrzebne są:

1. Ubikacja i umywalnia dla dzieci, ogrzewane i skanalizowane, rozmieszczone conajmniej w odległości 300 — 400 m.

2. Specjalne trawniki, na których dzieci mogłyby się bawić. Przez odpowiedni dobór traw i dobrą pielęgnację można takie trawniki bez trudu utrzymać.

3. Wyodrębnienie we wszystkich parkach publicznych przestrzeni, gdzie dzieci mogłyby swobodnie na alejkach bawić się w piłkę i rysować na ziemi.

4. Wyodrębnienie specjalnych przestrzeni dla dzieci kokluszowych.

Oto najpilniejsze i bardzo skromne wymagania. Sądzimy, że magistraty naszych miast, które sporo w ciągu tej zimy zaoszczędziły z sum przeznaczonych na zgarnianie śniegu, będą mogły pozwolić sobie na to, aby tym naszym wymaganiom uczynić zadość.

A potem przyjdzie sprawa druga — budowa nowych ogrodów dla dzieci.

Wszelkie wolne place w starych, gęsto zabudowanych dzielnicach powinny być wykupione i użyte na place zabaw dla dzieci. W nowopowstających dzielnicach trzeba już dziś, rezerwować miejsca na ogrody dla dzieci. Gospodarkę tę można rozłożyć na lata, nie obciąży ona wtedy zbytnio budżetu jednego roku — ale trzeba ją zacząć.

Niechże wzorem magistratu m. Poznania powstaną w innych miastach wydziały dla tych spraw, niechże mamy tę nadzieję, że kiedyś dzieci nasze będą mogły wychowywać się zdrowo.

A na to trzeba wprawdzie wiele pieniędzy, ale przedewszystkiem trzeba trochę dobrej woli i zrozumienia.

Tego czekamy.

Jedna z matek.

Ogrody dla dzieci w Ameryce

Jest szczęśliwy kraj, gdzie dzieci traktowane są narówni z innymi obywatelami i gdzie potrzeby ich są troską samorządów. Gdy weźmiemy do ręki plan któregokolwiek z miast amerykańskich, zobaczymy na nim wiele zielonych kwadracików czy prostokątów, a obok napis: „Children's playground" — boisko dla dzieci.

W każdem mieście wyglądają one trochę inaczej, ale w każdem mieście jest ich wiele. Bywają boiska szkolne, bywają społeczne — większość z nich jednak to boiska miejskie, do których dzieci mają oczywiście bezpłatny dostęp.

Zarządy miast amerykańskich uważają, że tak samo jak obowiązkiem ich jest dostarczyć mieszkańcom chodników, oświetlenia i t. p., tak samo muszą dać dzieciom i dorosłym tereny do zabawy. W Detroit np. przeznaczają na te cele 0,9% wszystkich podatków miejskich, a te ułamki centa z każdego dolara wyrażają się tak dużą sumą, że miasto może utrzymać zato 139 boisk-ogrodów, 69 boisk szkolnych, 9 domów ludowych, 83 tory wrotkowe, 20 pływalni, 93 korty tennisowe, 43 place do palanta i przeszło 70 innych urządzeń.

Boiska te bywają różnie urządzone: są to bądź niewielkie ½ — 1 — hektarowe place z najprymitywniejszemi urządzeniami, bądź większe 2—8 hektarowe boiska-ogrody, z małym budynkiem (podobnie jak nasz 2-hektarowy Ogród Jordanowski w Warszawie przy ul. Bagateli), bądź wreszcie boiska dla dzieci i młodzieży w dużych parkach publicznych. Czy to w pięknym Central-Parku w New-Jorku, czy we wspaniałych parkach Chicago, znajdziemy zawsze „kąt" dla dzieci. Jest to spora przestrzeń boisk z sadzawką, pływalnią i budynkami.

Przy rozplanowywaniu tych „dziecińców", bierze się pod uwagę nietylko ogólną sumę powierzchni, ale i położenie ich w mieście. W Milwaukee np. robiono przez szereg lat statystykę, która dowiodła, że dzieci, które nie mają boiska w odległości mniejszej niż pół mili ang. od swego domu, bawią się w rynsztokach, bo nie chce im się iść daleko do ogrodu. Stąd wniosek, przyjęty dziś przez wszystkie amerykańskie miasta, że boiska należy budować tak gęsto, aby każde dziecko w odległości nie większej niż 800 m. mogło znaleźć miejsce do zabaw. W ten sposób 300-tysięczne miasto Milwaukee ma już dzisiaj przeszło pięćdziesiąt boisk.

Porównajmy to z naszemi miastami! Warszawa np. powinnaby mieć około 100 dwuhektarowych ogrodów dla dzieci. Niestety o ich budowie, albo chociaż o wytyczeniu ich na planach miasta, niewiele słychać.

Na zakończenie jeszcze jeden rys charakterystyczny amerykańskiej akcji. Pobudką zakładania boisk dla dzieci była nietylko troska o ich zdrowie, ale też i dbałość o charaktery dzieci. Stany Zjednoczone walczyły i walczą z plagą młodocianej przestępczości i włóczęgostwem. Aby normalny u dzieci instynkt zabawy nie przerodził się pod wpływem ulicy w instynkt zbrodni, należało dać mu inne ujście. I tu przyszły z pomocą gry i zabawy ruchowe oraz inne zajęcia na boiskach.

Praktyczny Amerykanin nie przejął się jednak tylko uczuciowo hasłem: „Im więcej boisk, tem mniej szpitali i więzień“. Nie, zbadał on najpierw jego rzeczowość. I dopiero, gdy zapomocą statystyk sprawdził, że zmniejsza się przestępczość w dzielnicy, gdzie założono boisko, że podnosi się tam zdrowotność; gdy przekonał się, że wydatki na boiska są mniejsze niż na szpitale i domy poprawy, wtedy dopiero powiedział sobie „business is business“ i zaczął budować boiska.

Ideały wychowawców i socjologów zbiegły się z trzeźwą kalkulacją.

...Tylko jeszcze nie u nas.

Wanda Prażmowska.

Celem uniknięcia przerwy w wysyłce pisma prosimy o wpłacenie prenumeraty na konto P. K. O. 14.555.

Wysyłka pisma zostanie wstrzymana wszystkim tym Prenumeratorkom, które do dnia 10 lutego nie uiszczą zaległej prenumeraty za kw. IV i nie opłacą należności za kw. I. — Prenumeratę należy wnosić zgóry każdego kwartału.

ADMINISTRACJA.

Najlepszy posag

„Wykształcenie — to najlepszy posag“, mówią nowocześni rodzice. I mają zupełną słuszność, jest to bowiem jedyny kapitał, który nie boi się dewaluacji, krachów finansowych, spadku akcyj, moratorjów — jednem słowem tego wszystkiego, co (jak dowiodła wojna) z człowieka zamożnego czyni nędzarza.

To też nie można dość się nachwalić tych, którzy, zamiast zbijać dla dzieci pieniądze, jak to czyniono dawniej, używają ich na danie im ogólnego i fachowego wykształcenia.

Dopóki rodzice żyją, to, choćby za cenę największych ofiar i wyrzeczeń, zawsze potrafią ułożyć swój budżet w taki sposób, żeby starczyło na

szkołę. Ale co będzie, gdy choroba lub śmierć uniemożliwi im łożenie na kształcenie dziecka? O tej, najgorszej ewentualności, pomyśleć się powinno zawczasu, to znaczy wtedy, gdy istnieje możność zapobieżenia złu.

Pamiętajmy, że nawet ludzie, mający prawo do emerytury nie zabezpieczają dzieciom studjów: emerytura wypłacana jest sierotom tylko do dojścia do pełnoletności, w drodze wyjątku — do ukończenia studjów. Wyłania się więc kwestja indywidualnego zabezpieczenia dzieci, do czego najlepszą drogą wydają mi się tak zwane ubezpieczenia posagowe P. K. O.

Ubezpieczenie posagowe polega na tem, że rodzice, krewni lub opiekunowie dziecka (osoba ubezpieczająca musi mieć poniżej lat 55) wpłacają stawkę miesięczną (której wysokość zależy, oczywiście, od wysokości sumy, mającej być wypłaconą) z tem, że za 15, 20 lub 25 lat ubezpieczony otrzymuje odpowiednią kwotę, tak zwany posag. Stawki mogą być najniższe: już od 3 złotych miesięcznie!

Suma wypłacana przez P. K. O. zależna jest nietylko od tego, za ile lat ma być wypłaconą, ale również od wieku ubezpieczającego. Jest to całkowicie zrozumiałe i słuszne: przyjmując ubezpieczenia od ludzi starszych, P. K. O. ryzykuje więcej! Trzeba bowiem wiedzieć, że w razie śmierci ubezpieczającego (jeżeli nastąpiła w dwa lata od chwili ubezpieczenia). P. K. O. w odpowiednim

terminie wypłaca całą kwotę, choćby zamiast przez lat 15, 20 czy 25 płacono składki tylko przez dwa lata (opłata składek ustaje z chwilą śmierci ubezpieczonego). Wrazie śmierci wskutek nieszczęśliwego wypadku bez względu na rok ubezpieczenia, w którym śmierć nastąpiła, P. K. O. wypłaca sumę podwójną, połowę zaś sumy — w razie śmierci po roku ubezpieczenia.

Dla uniknięcia nieporozumienia wyjaśniam, że suma wypłacana jest jedynie w terminie oznaczonym w polisie, to jest w 15, 20 lub 25 lat od daty ubezpieczenia.

Sama procedura ubezpieczenia jest bardzo prosta i załatwić ją można w każdym urzędzie pocztowym, w

centralach P. K. O. i u upełnomocnionych przedstawicieli tej instytucji.

Otrzymawszy w wyżej wymienionych miejscach odpowiedni druk, wypełniamy go według pytań, wpłacamy wpisowe (1 — 3 zł.) i zadatek w wysokości jednomiesięcznej składki (składki następne wpłaca się za pomocą blankietów nadawczych P.K.O., albo do rąk listonosza czy inkasenta, który obowiązany jest wręczyć odpowiedni kwit).

Tego rodzaju zabezpieczenie dziecku przyszłości jest o wiele słuszniejsze i bardziej pedagogiczne od otwierania dziecku książeczki oszczędnościowej, na którą samo składa pieniądze, lub przyuczanie go do zbierania do skarbonki.

Oszczędność jest to pojęcie trudne do objęcia dla niedojrzałego umysłu. Jeżeli nie opiera się o prawdziwe zrozumienie wartości pieniądza, jeśli nie wypływa z obliczenia, ile w danej chwili możemy **nie wydać**, łatwo doprowadzić może do brzydkiej wady — skąpstwa i do zbytniego interesowania się **ile co kosztuje** bez jednoczesnego zrozumienia, czy przedmiot jest wart tej ceny, czy nie.

Nie wchodząc w drugą ostateczność wychowywania dzieci bez najmniejszego poczucia znaczenia pieniędzy, nie powinnyśmy im przedwcześnie dawać ich do rąk, pamiętając, że obracanie pieniędzmi jest rzeczą trudną i dla dorosłych.

Z. P.

Czy na wszystko pozwalać?

Więc na wszystko pozwalać? Przenigdy: z nudzącego się niewolnika zrobimy znudzonego tyrana. Zabraniając, hartujemy bądź co bądź wolę, bodaj w kierunku hamowania się i zrzekania tylko, rozwijamy wynalazczość w działaniu na ciasnym terenie, umiejętność wyślizgiwania się z pod kontroli, budzimy krytycyzm. I to coś warte, jako jednostronne przygotowanie do życia. Pozwalając „na wszystko" baczmy, by dogadzając zachciankom, tem usilniej nie dławić chceń. Tam osłabiamy wolę, tu ją zatruwamy.

To nie: rób co chcesz, a: ja zrobię, ja kupię, ja ci dam wszystko co chcesz, ale żądaj tylko tego, co ci ja dać, kupić, zrobić mogę. Płacę byś samo nic nie robiło, płacę, byś było posłuszne.

— Jak zjesz kotlecik, mama ci kupi książeczkę. Nie chodź na spacer, za to masz czekoladkę.

Dziecięce: „daj", nawet tylko wyciągnięta bezsłownie ręka, musi się spotkać z naszem: nie; a od tych pierwszych: nie dam, nie można, nie wolno, zależny jest cały olbrzymi odłam wychowania.

Matka nie chce widzieć zagadnienia: woli leniwie, tchórzliwie odro-

czyć, odłożyć na później, na potem. Nie chce wiedzieć, że z wychowania nie da się usunąć tragiczna kolizja niesłusznego, niewykonalnego, niedoświadczonego chcenia, z doświadczonym zakazem, nie da się wykluczyć jeszcze tragiczniejsze starcie dwóch chceń, dwóch praw na wspólnym terenie. Ono chce wziąć do ust płonącą świecę, ja mu pozwolić nie mogę, ono żąda noża, ja się obawiam, ono wyciąga ręce po wazon, którego mi szkoda, chce, by rzucać piłkę, ja chcę czytać książkę. Musimy ustalić granice jego i mego prawa.

Niemowlę sięga po szklankę, matka całuje tę rękę, nie pomaga, daje grzechotkę, nie pomaga, każe usunąć z oczu pokusę. Jeśli niemowlę wyrywa rękę, rzuca o ziemię grzechotkę, szuka wzrokiem ukrytego przedmiotu, gniewnie patrzy na matkę, pytam się, kto ma słuszność: matka-oszustka, czy niemowlę, które nią gardzi?

Kto gruntownie nie przemyśli zagadnienia zakazów i nakazów, gdy jest mało, nie ogarnie, zgubi się, gdy ich będzie wiele.

Janusz Korczak.

„JAK KOCHAĆ DZIECKO"
Wydawnictwo J. Mortkowicza.

NASTĘPNY NUMER

MŁODEJ MATKI

POSWIĘCONY BĘDZIE ZAGADNIENIU

BŁONICY (DYFTERYTU)

Odpowiedzi na listy rodziców

1. Pani Józefie Sztukowskiej. 4-ro miesięczna córeczka Pani powinna jadać tylko 6 × na dobę, z przerwą nocną 8 do 9 godzin. — Poszczególne porcje pokarmu 150 gr. Należy sprawdzić, czy mała wysysa tę ilość, gdyż niekiedy głodzenie może być przyczyną zaparć. Jeżeli mimo dostatecznego odżywiania zaparcia będą się utrzymywały, należy spróbować małej podawać surowe soki jarzynowe lub owocowe (marchew, pomarańcza), w ilości od 1 do 4 łyżeczek od herbaty. Gdyby i to nie pomagało, trzebaby dziecku podawać Maltogen lub Biomalz w ilości: 1 do 3-ch łyżeczek od herbaty na wodzie lub na herbatce.

Częste stosowanie lawatyw i czopków nie jest wskazane.

Na powietrzu mała powinna przebywać 2 do 3-ch godzin. Jeżeli dotychczas na spacer nie wychodziła, należy rozpocząć spacer od kilkunastu minut, a następnie przedłużać go każdego dnia o kilkanaście minut. Ubierać na spacer należy dziecko tak, aby mu było ciepło, lecz, aby się nie pociło. Twarz musi mieć dziecko odkrytą.

Dotąd, dopóki dziecko o własnych siłach nie siedzi, nie należy je sadzać.

O ile woda do kąpieli nie pochodzi z filtrów lub zdrowej studni, lepiej dziecko kąpać w przegotowanej wodzie.

2. Pani Zofji Deminet. Wobec uporczywych zaparć u Jędrusia, można mu obecnie ponownie zastosować Maltogen lub Biomalz w ilości 1 do 3-ch łyżeczek od herbaty.

Podawanie tranu uważamy w chwili obecnej za zupełnie wystarczające.

3. Pani Jadwidze Pechowej. 4-miesięczny synek Pani powinien jadać 6 × na dobę w odstępach 3 godzinnych. Poszczególna porcja pokarmu powinna wynosić 150 gr. O ile nie ma Pani dostatecznej ilości pokarmu, należy małego dokarmiać mieszanką. Najlepiej podawać dziecku zwykłe mieszanki, a mianowicie mieszankę o składzie: 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyżeczki cukru na 100 gr. mieszanki. O ile to jest możliwe, powinna się Pani starać jak najdłużej karmić dziecko piersią, nawet, gdyby tego pokarmu była b. mało.

Powyższą mieszankę i tę samą ilość na porcję powinno dziecko otrzymywać do ukończenia ½ roku. W tym okresie życia, t.j. w 7-ym miesiącu życia, musi ono otrzymać pożywienie 5 × na dobę, poszczególna porcja pożywienia 180 gr., przyczem jedno jedzenie powinno być bez mleka, a mianowicie: kaszka manna na smaku z jarzyn z masłem i cukrem oraz jarzyny. Bliższe szczegóły znajdzie Pani w odpowiedziach na listy w innych numerach.

Z soków można małemu dawać, sok z marchwi, pomarańczy lub cytryny W razie, gdy są kwaśne, można je słodzić.

Normalna temperatura ciała mierzona w odbycie dziecka waha się w granicach 36°8 — 37°2.

4. Pani Janinie Malczewskiej. Waga córeczki Pani jest prawidłowa. W odżywianiu małej należy bezwzględnie przestrzegać, aby jedno pożywienie otrzymywała bez mleka, przytem musi codziennie dostawać jarzyny. Do jedzenia jarzyn trzeba dziecko przyzwyczaić i nauczyć je jeść. — Tem, że dziecko nie chce jeść jarzyn, że je zrzuca, nie należy się zrażać. — Można je podawać wraz z kaszką, a wtedy, jako rzadsze jedzenie łatwiej dziecko zje.

Wobec opóźnionego nieco ząbkowania wskazane jest podawanie małej tranu w ilości 1 łyżeczki od herbaty raz dziennie.

Kąpać dziecko trzeba codziennie.

5. Pani Br. Gościejowej. Małemu dziecku nigdy nie należy myć w buzi. Opisany przez Panią biały osad na języczku dziecka najprawdopodobniej sam minie bez żadnej interwencji.

6. Panu Kazimierzowi Roguskiemu. Wobec tego, że córeczka Pana jest dużem dzieckiem, jest już w szóstym miesiącu życia, można jej za-

miast jednej mieszanki w porze południowej, wprowadzić jedzenie bez mleka, a mianowicie: kaszkę mannę na smaku z jarzyn z cukrem i masłem oraz jarzyny.

Kaszkę mannę w ilości 1½ łyżeczki od herbaty, należy gotować na smaku z jarzyn do ilości 150 gr., dodać do tego ½ łyżeczki od herbaty masła, 1½ łyż. od herb. cukru. Jarzyny muszą być dobrze ugotowane, przetarte i zaprawione cukrem i masłem do smaku Z jarzyn w chwili obecnej można małej dawać marchew, buraki, kalafiory, szpinak i jarmuż. Pozatem inne rzeczy pozostają bez zmian.

Krzywe nóżki u tak małego dziecka nie powinny budzić najmniejszych obaw, nie jest to wcale objawem krzywicy. Skrzywienie to spotykamy u większości niemowląt.

7. **Pani Helenie Wacławskiej.** Na sapkę u 3-tygodniowego dziecka, na odległość, możemy polecić jedynie stosowanie waseliny. Gdyby sapka ta utrzymywała się nadal uporczywie, wskazane byłoby zwrócić się do lekarza specjalisty chorób dzieci.

8. **Pani Annie Kowalowej.** Waga i wzrost córeczki Pani są mniejsze niż normalne. Opóźnienie ząbkowania na odległość trudno nam wytłomaczyć. Przypominamy jedynie, że dziecko w tym wieku musi dostawać codziennie jarzyny, surowe soki i owoce oraz przebywać od 3-ch do 4-ch godzin dziennie na spacerze.

Pozatem należałoby małej podawać tran w ilości 1 łyżeczki od herbaty raz dziennie.

9. **Pani A. Epsztejnowej.** Waga i wzrost Pani 12-tygodniowego synka są nieco niższe od wymiarów prawidłowych. Należy sprawdzić, czy dziecko otrzymuje dostateczną ilość pożywienia.

Sok z pomarańczy przygotowuje się w ten sposób, że po odciśnięciu i przecedzeniu przez cienkie płótno dodaje się nieco cukru i podajemy dziecku stopniowo, od 1 do 4-ch łyżeczek od herbaty. Sok z marchwi przygotowuje się w następujący sposób: marchew po obmyciu i oskrobaniu trze się na tarce, sok wyciska się przez płótno i o ile jest dość słodki, podajemy bez cukru, również stopniowo od 1 do 4-ch łyżeczek od herbaty.

Trzymiesięczne dziecko już dawno powinno być wynoszone na spacer. O ile jeszcze do chwili obecnej nie było na dworze, należy je wynosić początkowo na kilkanaście minut i stopniowo spacer przedłużać. W tym okresie życia mały powinien w chwili obecnej być 2 do 3 godzin dziennie na spacerze.

10. **Pani Felicji Kenigstein.** 10-miesięcznemu synkowi może Pani, jako 4-te jedzenie sztuczne, dać mleko z tapioką lub sucharkami z dodatkiem cukru. Z chwilą, gdy Pani zupełnie odłączy małego od piersi, należy przejść na 4-krotne odżywianie, przyczem poszczególna porcja pożywienia powinna wówczas wynosić od 200 do 250 gr.

Jaj małemu nie należy zupełnie podawać.

Jeżeli mały ma skazę wysiękową, to powinien on dwa jedzenia otrzymywać bez mleka z dużą ilością jarzyn oraz soki i owoce.

Przy zmianach na skórze, ospy nie należy szczepić.

11. Pani L. Krzynemkowej. 6-cio miesięczny synek Pani musi być wynoszony na powietrze. W jaki sposób to uskutecznić i jak go ubierać, odsyłam Panią do odpowiedzi na list Nr. 1 Pani Józefie Sztukowskiej.

Od kołysania dziecko należy odzwyczaić odrazu, to jest przestać je kołysać, pierwsze 3 — 4 dni dziecko popłacze, lecz odzwyczai się.

Nie podaje nam Pani, jak odżywiane jest dziecko i czy ma dostateczną ilość pożywienia. Wobec tego trudno nam jest ustalić przyczynę złych stolców. — Podanie raz dziennie kaszki na smaku z jarzyn z niewielką ilością masła i cukru, nie może źle wpłynąć na stolce dziecka.

Ospę należy szczepić dziecku zupełnie zdrowemu.

12. Pani Helenie Horoszkiewiczowej. List wysłaliśmy przez pocztę.

13. Panu J. Schimek z Krynicy. Na zapytanie skierowane do redakcji odpowiemy w najbliższym numerze w artykule omawiającym szerzej, poruszoną przez Pana kwestję.

Do Czytelniczek

Uprzejmie prosimy dołączać do listów z odpowiedzią znaczki na sumę gr. 35.

Listy, do których nie będą dołączone znaczki pocztowe, pozostawać będą bez odpowiedzi. Zmiana adresu 50 gr.

Administracja.

Od Administracji

Paniom Lewkowicz — Rawa Mazow. i M. Starościńskiej. Zł. 2 otrzymaliśmy, prosimy o dopłacenie zł. 1.70 do prenumeraty za I kw.

Paniom: Lewandowskiej R. w Wyszkowie n/B., Rokowej Wł. w Łosicach, Sienkiewiczowej w Winnikach k/Lwowa, Wiśniewskiej w Wołominie. Po. zł. 1.70 otrzymaliśmy. Prosimy o dopłacenie zł. 1, jako należności za I kw.

Panu Bol. Orzechowskiemu w Stołpcach. Zł. 1 otrzymaliśmy — prosimy dopłacić zł. 2.70 za kw. I.

—o—

Przypominamy, że prenumerata kwartalna wynosi zł. 3.70. Opłaty miesięczne, ze względu na wysokie koszta **manipulacyjne**, są zupełnie skasowane.

Redakcja i Administracja: Górnosląska 20. tel. 401-24.
Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty „Młodej Matki": w kraju płatna tylko zgóry rocznie 14 zł. — półrocznie 7 zł. 40 gr. — kwartalnie zł. 3 gr. 70. Zagranicą: w Czechosłowacji i Węgrzech, — jak w obrocie wewnętrznym, w innych krajach: półrocznie zł. 10, rocznie zł. 20.

Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł. ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej. Miejsca zastrzeżone o 25% drożej od cen powyższych.

Wydawca: E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.


tak matka
jak i dzieci
używają wyłącznie
mydła
Ralette-Nestor
Savon Ralette
Fabryka mydeł i perfum „Nestor"


BLASK
„HELIO'
NAJLEPSZY PROSZEK MYDLANY
PIERZE SAM i BIELI
PROSZEK „HELIO'
JEST POD GWARANCJĄ WOLNY OD CHLORKU
WIELKOP. WYTW. CHEMICZNA
BLASK SP. AKC.
POZNAŃ
DO NABYCIA WSZĘDZIE
Wyroby marki „BLASK" nagrodzone zostały na
P. W. K. złotym medalem

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

DODATEK DO NRU 3 DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA"

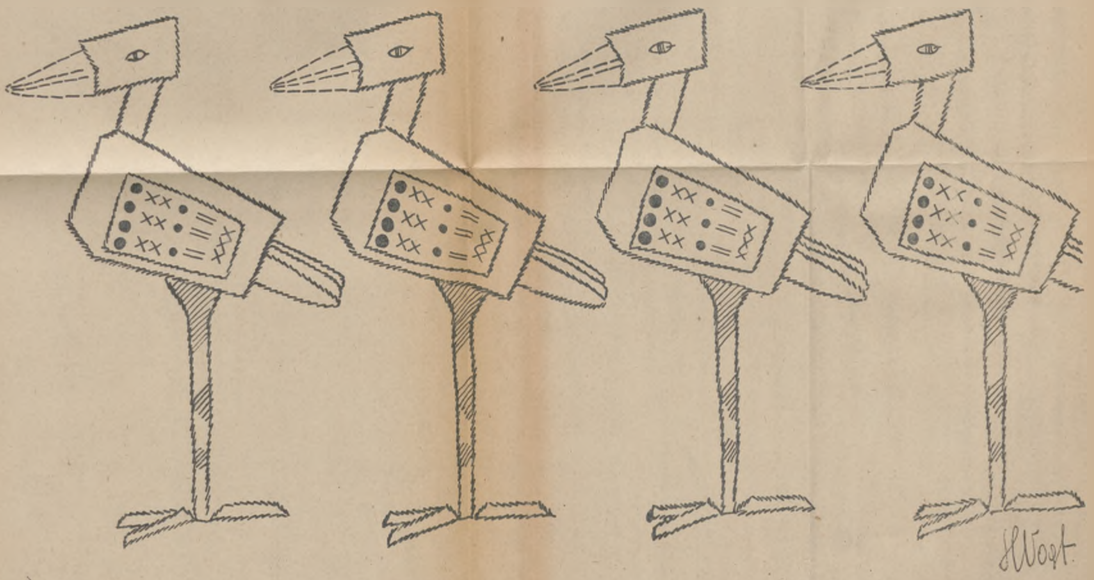
WORECZKI NA CHUSTECZKI DO NOSA I SZLACZKI NA RĘCZNICZKI DZIECINNE

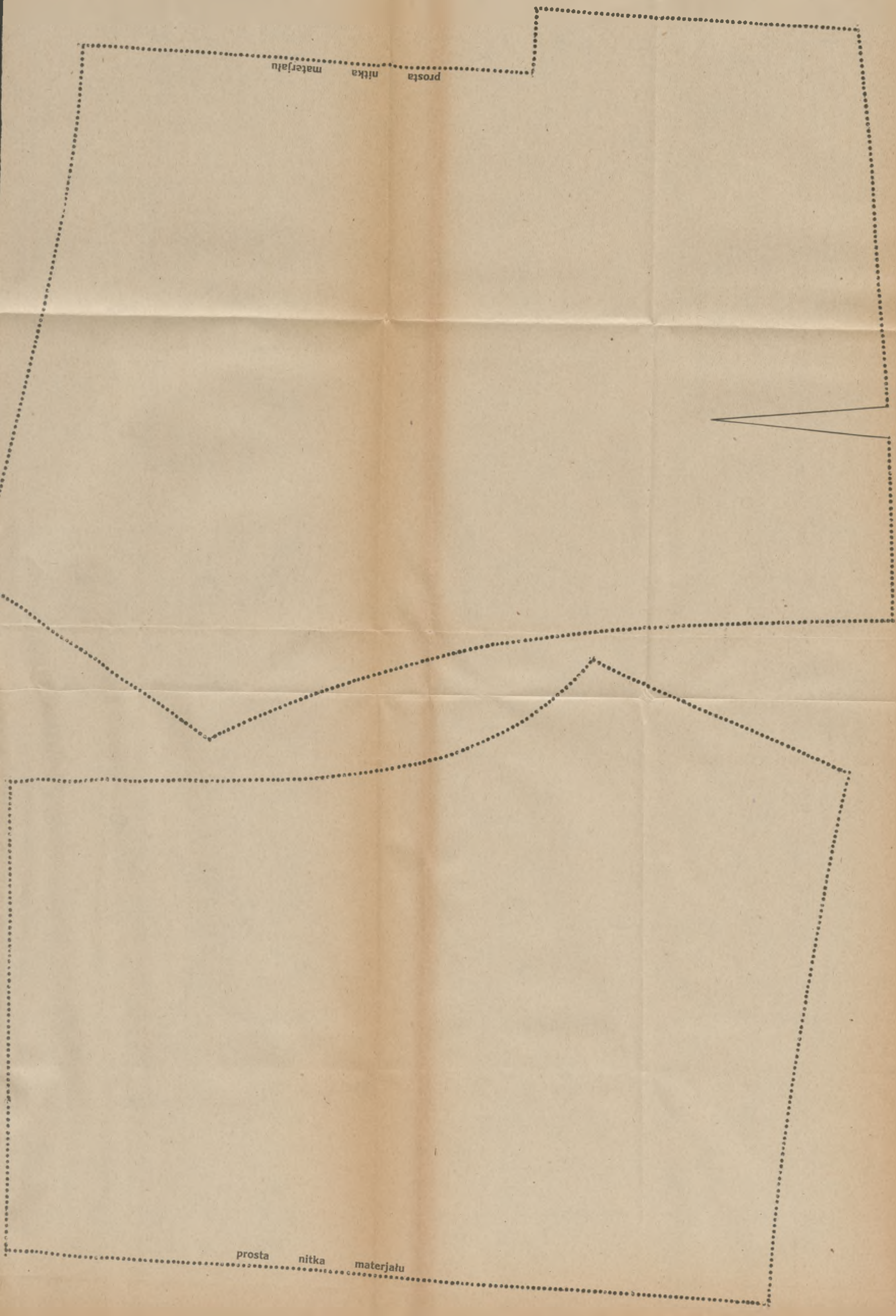
dziergane, łańcuszek, ściegi luźne, ścieg pocztowy.. węzełki, sznureczek










prosta nitka materjału
prosta nitka materjału